

Meditationskurse „Kraft aus der Stille“

Die Teilnehmer dieser Meditationskurse werden Wege zu ihrer inneren Kraftquelle kennen lernen. Im gemeinsamen Sitzen und Schweigen, mit einfachen Wahrnehmungsübungen und geistlichen Impulsen lernen wir auf die Regungen der Seele zu lauschen und üben Stille und Achtsamkeit ein.

Kurse 1 + 2: Montag, 13.7.2020 und Dienstag, 14.7.2020

Kurs-Nr. 3/20

Montags, 10.8., 7.9., 12.10., 9.11., 14.12.2020
und 11.1.2021

Kurs-Nr. 4/20

Dienstags, 11.8., 8.9., 13.10., 10.11., 15.12.2020
und 12.1.2021

Offene Meditations-Abende

Für alle, die gerne in der Gruppe meditieren oder Meditation kennen lernen möchten.

Montag, 27.7., 21.9., 5.10., 26.10., 16.11., 30.11., 7.12.2020

Alle Kurse und Meditations-Abende finden jeweils von 19.30 - 21 Uhr statt.

Kosten: Kursgebühr für die sechs Abende: 54 €

10er Karte: 90 €, 3er Karte: 30 €

Leitung: Sabine Böhm, Zertifizierte Meditationsleiterin

Angebote für Gruppen

Führung durch den Schaugarten

Das erwartet die Teilnehmer der Führung:

Kräuterkreis mit fast 200 verschiedenen Pflanzen, Streuobstwiese, Wildfruchthecke, Blumen- und Kräuterwiesen.

Dauer: ca. 1 Stunde,

Kosten: 90 € bis 15 Personen, jede weitere Person 6 €

Führung mit anschließender Verkostung

Programm wie oben, anschließend "Köstlichkeiten aus Kräutern"

Dauer: ca. 2 Stunden

Kosten: 14 € pro Person

Wildkräuterführung

Dauer: ca. 1 Stunde

Kosten: 90 € bis 15 Personen, jede weitere Person 6 €

Wildkräuterführung mit anschließender Verkostung

Programm wie oben, anschließend "Köstlichkeiten aus Wildkräutern"

Dauer: ca. 2 Stunden

Kosten: 14 € pro Person

Naturdruck mit Kräutern

Dauer: ca. 2 Stunden

Kosten: 14 € pro Person, zusätzlich Kosten für Material

Kräuter-Werkstatt

Dauer: ca. 2 Stunden

Kosten: 24 € pro Person inkl. Material

Vorträge mit Bildern

"Kräuter - heilende Kraft für Leib und Seele"

"Un-Kräuter als Wildkräuter neu entdeckt"

Weitere Vortrags-Themen auf Anfrage

Kosten pro Vortrag: 90 €

(zu Vorträgen kommen wir auch gerne zu Ihnen)

Kräuter-Kochkurse

"Schmecken, was die Kräuterwelt uns schenkt"

Wir sammeln wilde Kräuter, ernten Gartenkräuter und Blüten, verarbeiten sie zu einem leichten 3-Gängemenü - und lassen es uns gemeinsam schmecken.

Dauer: ca. 4 Stunden

Kurs-Gebühr: 39 € pro Person inkl. Essen und Trinken

Teilnehmerzahl: 8 bis 12

"Atemholen im Naturhof - Einübung in die Achtsamkeit"

In diesem Seminar lernen die Teilnehmer einfache Übungen zur achtsameren Wahrnehmung des Lebens kennen und erfahren, wie sie diese in ihren Alltag einbetten können. Mit Wahrnehmungsübungen in der Natur, mit Impulsen und einfachen Leibübungen lassen wir die Seele zur Ruhe kommen und schöpfen so Kraft für die vielfältigen Aufgaben in unserem Leben.

Dauer und Kosten nach Vereinbarung

Gerne stellen wir Ihnen auch ein individuelles Programm für Ihre Gruppe zusammen. Für Schulen, Kindergärten und andere Kindergruppen können wir ein spezielles Programm abstimmen. (Kinder bezahlen den halben Preis)

Öffnungszeiten:

15. Mai bis 30. September: Do, Fr 14 bis 18 Uhr, Sa 13 bis 17 Uhr

1. Oktober bis 15. Mai: Do und Fr 13 bis 17 Uhr

Januar und Februar geschlossen

Für Gruppen können auch Termine außerhalb dieser Öffnungszeiten vereinbart werden.

Eintritt: 2,50 €, für Kinder und Mitglieder des Fördervereins frei.

Für Kursteilnehmer ist der Eintritt in der Gebühr enthalten

Kräuter Düfte Farben Stille Natur



Naturhof Faßmannsreuth—
ein Erlebnis für alle Sinne

Unterstützen Sie uns durch ihre Mitgliedschaft

Träger des Naturhofs ist der gemeinnützige Förderverein Faßmannsreuther Erde e.V.. Wir würden uns freuen, wenn auch Sie unser Engagement unterstützen und unserem Verein beitreten. Der Jahresbeitrag beträgt für Einzelmitglieder 25 €, Familien 45 € und Institutionen ab 50 €. Nähere Informationen finden Sie auf unserer Webseite oder im persönlichen Gespräch. Gerne senden wir Ihnen ein Beitrittsformular zu.



Faßmannsreuther Erde e.V.

Faßmannsreuth 142, 95111 Rehau Tel. 09294/975474 Fax
092924/975854 E-Mail: info@fassmannsreuther-erde.de
www.fassmannsreuther-erde.de

Bankverbindungen:

VR Bank Bayreuth Hof eG

IBAN: DE11780608960000438332 BIC: GENODEF1HO1

Sparkasse Hochfranken

IBAN: DE23780500000222417297 BIC: BYLADEM1HOF

Naturhof
in Faßmannsreuth

Veranstaltungen 2020

Liebe Besucher und Kursteilnehmer,

in diesem Jahr ist auch im Naturhof in Faßmannseuth alles anders. Aber wir sind froh, dass wir unser Kursprogramm wieder aufnehmen können. Aufgrund der Corona-Pandemie können wir in diesem Jahr alle Veranstaltungen leider nur unter Vorbehalt anbieten und wir müssen als Veranstalter auch besondere Regeln einhalten und Sie darauf hinweisen: Sie können an unseren Veranstaltungen nur teilnehmen, wenn Sie sich vorher schriftlich mit Namen und vollständiger Adresse verbindlich angemeldet haben. Aufgrund der Abstands- und Hygieneregeln sind die Teilnehmerzahlen begrenzt und um eine Kontaktpersonenermittlung im Falle eines nachträglich identifizierten COVID-19 Falles zu ermöglichen. Bitte beachten Sie dazu auch unser Hygienekonzept, das Sie auf unserer Webseite finden.

Wenn Sie den Naturhof einfach nur besuchen möchten — ohne Kursbeteiligung — dann müssen Sie sich nicht anmelden und sind zu unseren Öffnungszeiten herzlich willkommen.

Wir hoffen auf Ihr Verständnis, und würden uns freuen, Sie bei uns im Naturhof in Faßmannsreuth begrüßen zu können.

Juli

Samstag, 11.7.2020, 14 bis 16 Uhr

Kräuter-Werkstatt

„Mit der Kraft der Kräuter in den Sommer“

Kräuter können uns in allen Jahreszeiten stärken, schützen und pflegen. Phytotherapeutin Melanie Müller-Winterling stellt uns einige Kräuter und Blüten vor, und wir stellen daraus gemeinsam einen Spitzwegerich-Balsam, ein Insektenspray und eine schöne Haarseife her.

Kurs-Gebühr inkl. Materialkosten: 24 €

Mittwoch, 22.7.2020, 16 bis 18 Uhr

„Ein Kräuterschatz für unsere Hausapotheke“

Mit der Kräuterkundigen und Phytotherapeutin, Melanie Müller-Winterling sammeln wir wilde und andere Kräuter für unsere eigene Hausapotheke, wie zum Beispiel Mädesüß, Schafgarbe, Salbei oder Brennnesseln. Auch Harze zum Räuchern und was uns sonst auf unserem Weg durch den Kräutergarten und durch Wald und Flur beim Faßmannsreuther Naturhof begegnet, nehmen wir für unseren „Kräuterschatz“ zu Hause mit.

Gebühr: 16 €

Bitte mitbringen: ein Körbchen, Schere und ein Notizbuch

August

Freitag, 14.8.2020, 14 bis 17 Uhr

Kindernachmittag im Naturhof

Wir gestalten aus allem, was wir im Garten finden, „Natur-Mandalas“ - und erleben Kräuter mit allen Sinnen. Riechen, berühren, schmecken, den Stimmen der Natur lauschen - und im Kinder-Garten, auf dem Barfußpfad und im Labyrinth lassen wir der Energie freien Lauf. Gebühr: 6 € inkl. Kräuterlimonade

Samstag, 15.8.2020, 14 bis 16 Uhr

Wildkräuterwerkstatt „Kräuterbuschen“

Mit „Maria Himmelfahrt“ beginnt der sogenannte „Frauendreibiger“, jene 30 Tage, an denen ein besonderer Segen auf der Natur liegt. Die Frauen banden früher zum Auftakt Buschen aus Spätsommer-Heilkräutern, die sie bei besonderen Gottesdiensten segnen ließen. Die Faßmannsreuther Kräuterfrauen pflegen diese Tradition auch heute. Unsere Wildkräuter-Pädagogin Gerlinde Franz zeigt, aus welchen Kräutern die traditionellen „Kräuterbuschen“ bestehen, erzählt über den Umgang und die Heilkraft dieser Pflanzen, und wir binden uns einen „Kräuterbuschen“ für zu Hause.

Kurs-Gebühr inkl. Materialkosten: 24 €

Freitag, 21.8.2020, 10 bis 17 Uhr

Kräuter, Düfte, Farben, Natur: „Oasen-Tag“ im Naturhof

Unsere Welt ist schnell und laut geworden. Immer mehr Menschen sehnen sich danach, einmal innezuhalten, loszulassen und mit allen Sinnen einfach das Leben zu spüren. Schenken Sie sich selber so einen „Oasen“-Tag. Mit geistlichen Impulsen und einfachen Wahrnehmungsübungen, im achtsamen Umgang mit uns selbst und mit heilsamen Kräutern schwingen wir uns in den wohlthuenden Rhythmus der Natur ein und lassen die Seele zur Ruhe kommen.

Leitung: Sabine Böhm

Gebühr: 65 € inkl. „Kräutermenü“ und Getränken

September

Donnerstag, 3.9.2020, 20 bis 21.30 Uhr

„Abendstimmung im Naturhof“

Entschleunigung mit allen Sinnen: Wir gehen dem abendlichen Kräuterduft nach, erleben die Natur-Farben im Abendlicht, lauschen den Geräuschen der anbrechenden Nacht - und lassen geistliche Impulse auf uns wirken.

Leitung: Sabine Böhm

Gebühr: 9 €

Samstag, 5.9.2020, 14 Uhr

Wildkräuter-Führung

Wildkräuter-Pädagogin Gerlinde Franz zeigt uns die vergessenen

Schätze in der Natur und gibt uns Tipps und Anregungen zum Umgang mit Wildkräutern.

Gebühr inkl. Verkostung: 14 €

Freitag, 11.9.2020, 16 Uhr

Baum-Führung: „Welcher Baumtyp bist du?“

Sabine Böhm erzählt uns von der Mythologie, vom Wesen und der Bedeutung der Bäume für uns Menschen.

Dauer: ca. 1 Stunde

Gebühr: 6 €

Samstag, 19.9.2020, 14 bis 16 Uhr

Kräuter-Werkstatt

„Mit Kräuterkraft durch den Herbst“

Kräuter können uns auch durch den wechselhaften Herbst begleiten. Einige dieser helfenden Pflanzen stellt uns Phytotherapeutin Melanie Müller-Winterling vor. Wir stellen an diesem Nachmittag selber eine wohltuende Weidenrinden-Tinktur, ein aromatisches Brennessel-Salz und einen entspannenden Lavendel-Harz-Balsam her. Kurs-Gebühr inkl. Materialkosten: 24 €

Samstag, 26.9.2020, 13 bis 16 Uhr

Tanz-Nachmittag im Naturhof

„Wenn im Herbst die Blätter tanzen“

Mit einem bunten Strauß von Tänzen - meditativ, heiter, temperamentvoll - so wollen auch wir kunterbunt durch den Nachmittag tanzen. Kreis-Tänze verbinden Himmel, Erde und Menschen miteinander. Mit der Kraftquelle dieser Tänze können wir unser inneres Herdfeuer anzünden, damit wir gestärkt und gewärmt durch die dunkle Jahreszeit kommen und diese besondere Zeit auch genießen können.

Für alle Menschen, die sich gerne in Gemeinschaft mit anderen bewegen. Vorkenntnisse sind nicht notwendig. Bitte bequeme Schuhe mitbringen.

Leitung: Dunja Höpflinger, Leiterin für therapeutischen Tanz.

Gebühr: 9 €

Mittwoch, 30.9.2020, 17.30 bis 19 Uhr

„Kräuterwanderung am Abend“

Die Kräuterkundige und Phytotherapeutin, Melanie Müller-Winterling führt uns durch Wiese, Wald und Flur beim Faßmannsreuther Naturhof und stellt uns dabei die wilden Pflanzen und Kräuter vor, denen wir auf unserem Weg begegnen. Eine kleine „Kräuterspezialität“ zum Probieren bekommen die Teilnehmer mit nach Hause.

Gebühr: 10 €

Oktober

Samstag, 24.10.2020, 14 bis 16 Uhr

Kräuter-Werkstatt „Mit Kräuterkraft in den Winter“

Kräuter können uns auch in der kalten Jahreszeit begleiten und stärken. Einige dieser helfenden Pflanzen stellt uns Phytotherapeutin Melanie Müller-Winterling vor. Wir stellen an diesem Nachmittag selber ein Duft-Säckchen, ein natürliches Duschpeeling aus Kaffee und einen Kastanien-Balsam für müde Beine her. Kurs-Gebühr inkl. Materialkosten: 24 €

November

Samstag, 14.11.2020, 10 bis 16 Uhr

Seminar „Die Farben meines Lebens - Mandala-Malen und Meditation“

In der Natur wie auch in allen Kulturen der Erde kann man unzählige Mandala-Strukturen finden. Das Mandala (Kreis mit Bedeutung) erinnert uns an unsere eigene Mitte, an unsere eigene Schönheit und schöpferische Kraft. Der Kurs führt in die Grundsymbolik des Mandala ein und wir entdecken unsere ganz eigenen Lebensfarben. Mit einfachen Übungen und Meditation wollen wir uns unsere Wesensmitte und deren Entfaltung bewusst machen. Die Gestaltung eines eigenen Mandalas wird uns dabei helfen.

Leitung: Sabine Böhm, Meditationsleiterin und Malerin

Kurs-Gebühr inkl. Material u. leichtem Kräuter-Mittagessen: 65 €

Samstag, 21.11.2020, 14 bis 17 Uhr

Kräuter-Werkstatt „Geschenke aus der Natur“

Kräuter und Pflanzen sind die Zutaten, aus denen wir kulinarische, wohltuende und pflegende Geschenke herstellen - und mit natürlichen Materialien kreativ verpacken. Einige dieser Kräuter stellt uns Melanie Müller-Winterling vor, und wir machen selber einen Winter-Lippenbalsam, einen Weißdorn-Herzlikör, ein entspannendes Salz-Bad und einen wohltuenden Erkältungsbalsam. Kurs-Gebühr inkl. Materialkosten: 34 €

Dezember

„Tee-Zeit im Naturhof“

An zwei Freitagen im Advent öffnen wir unseren Naturhof jeweils für ein paar besinnliche Stunden, um uns mit allen Sinnen auf die vorweihnachtliche Zeit einzustimmen: zum Riechen und Schmecken gibt es duftenden Kräutertee, zum Hören Geschichten rund um den Tee - und in Gesprächen können sich die Besucher mit anderen Gästen austauschen.

Termine: 4.12. und 11.12.2020, jeweils 15 bis 17 Uhr